



FISIO INFOCO

Número 1 - Série 2023

Fisioterapia e Carnaval, como se conectam?

Venha entender a importância do fisioterapeuta para a época mais festiva do ano. (p.2)

Fisioterapia respiratória, conheça um pouco dessa área tão procurada!!

Onde é a área de atuação e sua importância. (p.4)

Gameterapia, de que forma é usada?

Entenda como se pode usar os jogos tecnológicos no tratamento fisioterápico!! (p.6)

Biomecânica?

Todos falam sobre a temida biomecânica! Saiba o motivo dessa fama e sua importância para o fisioterapeuta. (p.7)

Professor Alexandre Gomes

Conheça a trajetória do professor Alexandre: como escolheu a área de traumatologia e se tornou esse ótimo professor. (p.8)

Venha conferir!!!





FISIO
INFOCO



UNIVERSIDADE DE
VASSOURAS

Fisio Infoco 1

Série 2023

Comissão Organizadora

Cristiane Costa de Araujo

Eliezer Rosa Sobreira

Gabriel Araújo Barros de Souza

Marcelly Batista Soares

Rita do Amparo de Oliveira

Tatiana Pacífico de Azevedo

Thainá de Castro Gomes

Jackson Nogueira Alves

Editora da Universidade de Vassouras

Vassouras/RJ

2023



© 2023 Universidade de Vassouras

Presidente da Fundação Educacional Severino Sombra (FUSVE)

Gustavo de Oliveira Amaral

Reitor da Universidade de Vassouras

Marco Antonio Soares de Souza

Pró-Reitor de Pesquisa e Pós-Graduação da Universidade de Vassouras

Carlos Eduardo Cardoso

Diretor geral do

Andurte de Barros D. Filho

Coordenadora acadêmica

Dayana Peixoto P. de Menezes

Coordenador do curso de fisioterapia da Universidade de Vassouras

Jackson Nogueira Alves

Editora-Chefe das Revistas Online da Universidade de Vassouras

Lígia Marcondes Rodrigues dos Santos

Diagramação

Gabriel Araújo B. de Souza

F5399

Fisio infoco / Organizado por: Jackson Nogueira Alves, Cristiane Costa de Araújo, Eliezer Rosa Sobreira, Gabriel Araújo Barros de Souza...*et. al.* 3. ed. - Vassouras, RJ : Editora Universidade de Vassouras, 2023 v. 1 : il. , color. (Série 3).

Recurso eletrônico

Formato: E-book

ISBN: 978-65-87918-51-8

1. Respiração. 2. Biomecânica. I. Alves, Jackson Nogueira. II. Araújo, Cristiane Costa de. III. Sobreira, Eliezer Rosa. IV. Souza, Gabriel Araújo Barros de. V. Universidade de Vassouras. VI. Título.

Sistema Gerador de Ficha Catalográfica On-line – Universidade de Vassouras

Todos os direitos reservados. É permitida a reprodução parcial ou total desta obra, desde que citada a fonte e que não seja para venda ou qualquer fim comercial. O texto é de responsabilidade de seus autores. As informações nele contidas, bem como as opiniões emitidas, não representam pontos de vista da Universidade de Vassouras.



Fisioterapia e Carnaval

Nada melhor do que iniciar no mês de março falando da época mais festiva do Brasil. O carnaval está no DNA do brasileiro, desde blocos de rua até os grandes desfiles que acontecem na Marquês de Sapucaí. É uma bela festa, cheia de cores, fantasias, glitter, música e muita dança.

Apesar de todo esse glamour, essa comemoração demanda de um trabalho complexo, que nos faz questionar todo o esforço que é feito para que o carnaval seja impecável. As costureiras que durante todo o ano preparam as fantasias e adereços. Os passistas que treinam o ano inteiro e carregam grandes quantidades de peso no desfile. Por exemplo, as baianas, que em sua maioria são mulheres de idade avançada que sustentam os até 15 kg de uma fantasia. Rainhas de bateria, mulheres que sambam durante horas sobre um salto fino e desconfortável.

Quando entramos no mundo da fisioterapia, entendemos a importância da preparação do corpo para grandes eventos como o carnaval e associamos a profissão a tudo. Vamos para outro

exemplo. Ivete Sangalo, considerada a rainha do carnaval permanece horas em cima de um trio elétrico, cantando e dançando. Para isso ser possível, faz exercícios de força e resistência. Além de uma intensa preparação cardiorrespiratória.



O corpo humano é “condicionável” e se adapta a diversas situações de estresse, porém, não adianta alguém sem preparo achar que pode sair como rainha de bateria que não conseguirá sambar, sequer cinco minutos. Além de aumentar o risco de lesões músculo-esqueléticas e desenvolver um (IAM) infarto agudo do miocárdio. Outro exemplo de sucesso vem da maravilhosa Viviane Araújo, que ensaiou grávida, aos 47 anos e desfilou no Sambódromo. A atriz realiza atividade física há anos, possui grande ca-

pacidade aeróbica, bem como, menos chances de se exaurir. Entretanto não podemos comparar a preparação de uma musa do carnaval com a de passistas de baixa classe social. Esses na maioria das vezes não possuem acompanhamento e passam por lesões após o período de folia. Nesses casos o fisioterapeuta não atua na prevenção, mas sim no tratamento das consequências.

Dor, lesões ligamentares e musculares, sobrecarga na coluna, entorses e até fraturas decorrentes do carnaval são os principais motivos para a procura do fisioterapeuta. Portanto é necessário disseminar a importância da preparação do corpo para esse evento, pois com a prevenção podemos evitar as graves consequências de um belíssimo espetáculo.





ÁREA DE ATUAÇÃO: FISIOTERAPIA RESPIRATÓRIA

Dentre as especialidades existentes na fisioterapia, e para quem tem interesse em seguir este ramo, a área de respiratória está presente em clínicas, atendimentos domiciliares e principalmente no âmbito hospitalar. Ela objetiva promover a prevenção e tratamento para diversos distúrbios que podem comprometer o trato respiratório. Essa área de atuação vem mostrando seu papel fundamental, principalmente nos últimos anos, devido ao enfrentamento da Covid-19.

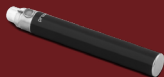


O cenário pandêmico embora devastador trouxe grande destaque para algumas profissões, dentre elas, esta modalidade da fisioterapia voltada para tratamento respiratório.

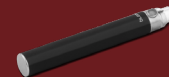
A Fisioterapia se tornou grande aliada durante o estágio agudo da SARS-CoV, profissionais especializados nesta área atuaram diretamente na linha de frente no tratamento de pacientes infectados, bem como, no processo de pós-covid, em situações nas quais o paciente relata fadiga excessiva. Dentro de um ambiente hospitalar, o fisioterapeuta especializado em respiratória atua principalmente dentro das Unidades de Terapia Intensiva (UTIs), com pacientes de médio à alta complexidade, e principalmente em pacientes que estão sob a utilização da Ventilação Mecânica. Para o Fisioterapeuta que atua dentro da UTI, exercerá a tarefa de regulação da ventilação mecânica, seguindo os protocolos indicados de acordo com o prognóstico de cada paciente. Além disso, também utilizará técnicas não invasivas que melhorarão



a qualidade respiratória e suas funcionalidades como: facilitar a capacidade de expansão pulmonar; favorecer as trocas gasosas, fortalecer os músculos respiratórios.



CIGARRO ELETRÔNICO



Tem se tornado cada vez mais comum nos depararmos com pessoas andando com pequenos objetos coloridos em suas mãos. Esses são os chamados Vaper, POD ou cigarro eletrônico. À primeira vista, parece tratar-se de um objeto inofensivo, porém quando se pesquisado, descobrimos os terríveis malefícios causados. Muito popular entre os adolescentes, o aparelho que é um vaporizador com essência pode causar perigosas reações químicas no nosso organismo. Pois além da absorção de um vapor tóxico, possui nicotina, uma substância altamente viciante. Nos últimos 3 anos cresceu consideravelmente o número de jovens adultos com problemas pulmonares decorrentes do cigarro eletrônico. E apesar da proibição feita pela ANVISA, é muito comum a venda deste produto para menores de idade.



INOVAÇÃO: GAMETERAPIA

A tecnologia vem sendo aplicada cada vez mais na área da saúde para o tratamento de diversas patologias, logo assim, a fisioterapia não poderia ficar de fora, procurando oferecer ao paciente um melhor tratamento de forma prazerosa. A tecnologia oferece tratamentos que estimulam crianças, adultos e idosos uma melhor funcionalidade através da realidade virtual (RV) com objetivo principal da fisioterapia a sua ressocialização.

A gameterapia surgiu no Canadá por volta de 2006 e começou a ser implementada na área esportiva brasileira por intermédio do Dr. Fernando Vanderlinde na seleção brasileira de Tae- Kwon-dô. É a utilização dos jogos de videogame na reabilitação onde se adaptou jogos com recursos terapêuticos. A gameterapia vem ganhando destaque na fisioterapia em todas as áreas de atuação, onde o paciente tem um terapia que proporciona muito mais ludicidade e faz com que o mesmo interaja e tenha um Feedback real e com resultados positivos para aliviar sintomas de dor e diminuição

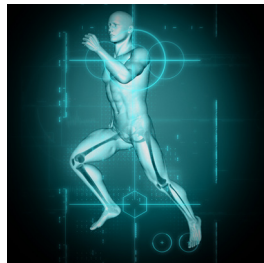
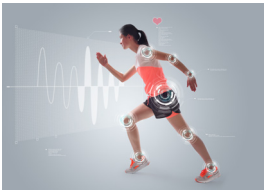
do consumo de medicamentos. Tem como objetivo buscar otimizar o condicionamento cardiovascular, a coordenação motora, a ADM, o equilíbrio, força, Tônus, controle Neurovascular e uma recuperação mais eficaz. Chegou ao Brasil em 2007, em 2015 foi reconhecida pelo Conselho Federal de fisioterapia e Terapia ocupacional (COFFITO). Pode ser aplicada em qualquer idade para tratamento fisioterapêutico, nas áreas de neurologia, ortopedia e gerontologia. Com o fortalecimento da musculatura da coluna e dos membros inferiores através da gameterapia promove uma maior resistência nessa musculatura evitando contusões que impediriam o folião nessa época de curtir seu carnaval.





DISCIPLINA: BIOMECÂNICA

B biomecânica! Bom, o que falar de uma das disciplinas mais importantes e aplicadas na fisioterapia? Vamos começar pelo básico. O que seria biomecânica? De maneira simplificada biomecânica é a área que estuda a mecânica dos corpos.



Porém, na fisioterapia o buraco é bem mais embaixo. Essa disciplina é aplicada em todas as áreas de atuação e na vida do estudante ela é associada a grande parte das disciplinas, aparecendo durante todo o curso.

Para começar, vamos falar do pai da biomecânica. Um Fisiologista e Físico chamado Giovanni Alfonso Borelli, que no século XVII nos fez o grande favor (risos) de relacionar as ações exercidas pelo corpo humano à física. Ele analisou que o corpo perde força de acordo com o movimento executado, porém, se aplicando as grandezas físicas a seu favor essa mesma força seria poupada e os músculos, ossos e articulações não sofreriam tanto desgaste.

Dito isso, podemos observar que a biomecânica está relacionada profundamente com a funcionalidade do corpo humano, ou seja, intimamente ligado à fisioterapia.

Desde que entramos na faculdade, todos os professores nos dizem que o objetivo do fisioterapeuta é devolver funcionalidade ao indivíduo em recuperação. Ao pegar um copo em uma prateleira, levantar, sentar, deitar, caminhar ou qualquer outra ação que façamos no nosso dia a dia o movimento está presente.

Um jogador de futebol, por exemplo, precisa ter uma funcionalidade mecânica plena, pois caso contrário não estará apto a realizar sua profissão. Uma dona de casa que não consegue levantar o braço não trabalha. Um ciclista que não consegue realizar flexão de joelho não pedala. Por isso, o fisioterapeuta necessita de vasto conhecimento dos princípios biomecânicos. Para aplicá-los na vida pessoal e profissional de seus pacientes, deixando-os funcionais e devolvendo qualidade de vida.



TRAJETÓRIA PROFISSIONAL: Professor Alexandre Gomes



Fui atleta durante muito tempo, comecei nos meus 11/12 anos de idade a praticar futebol já competitivo, a gente chama aí de

alta performance e ao longo dessa passagem pelo futebol me profissionalizei, e foi aí que eu tive o primeiro contato com a Fisioterapia propriamente dita. Quando eu me tornei atleta profissional, dentro do clube havia uma comissão técnica com diversos profissionais incluindo fisioterapeutas, e em alguns momentos necessitei dos serviços da fisioterapia, pois, meu joelho foi submetido a 3 cirurgias relativamente grave e foi ali que eu conheci a fisioterapia, fui cuidado pelas mãos de um fisioterapeuta que até hoje em dia é muito renomado, trabalhou muitos anos na seleção Brasileira, seleção paraolímpica, e tive a felicidade de tê-lo também como meu guru dentro da fisioterapia,

que foi o fisioterapeuta Odir de Souza, um dos grandes nomes da fisioterapia. A partir desses episódios, foi aí que eu tive meu primeiro contato com a área, após sofrer minha primeira lesão séria, pude me restabelecer através desse segmento com o fisioterapeuta Odir, e foi assim que eu conheci a fisioterapia como atleta já profissional.

Posso dizer até que me encantei com o trabalho da fisioterapia nessas intervenções que foram feitas em mim mesmo, como eu relatei acima passei por 3 cirurgias e vi o quanto era importante esse trabalho no restabelecimento de determinadas lesões, tive lesões sérias e a fisioterapia ainda não era tão difundida assim, estava apenas “engatinhando”, até porque, isso aí foi em meados da década de 90, então, já existia a fisioterapia mas não era uma coisa tão propagada como os dias de hoje, e posso dizer que eu me encantei com o trabalho da fisioterapia não só por meio do professor Odir, mais também os liderados por ele. A atenção que me davam, o trabalho que era feito



comigo, a dedicação, então aquilo me fascinou, é um caminho até natural, para quem é atleta iniciar a graduação no curso de educação física, e foi isso aconteceu comigo, fiz um semestre de educação física, mas vi que não era aquilo que eu realmente queria, e foi quando eu resolvi migrar para a fisioterapia e fui até o final me formando nessa área, acabei optando esse curso até por perceber a importância da fisioterapia no restabelecimento de uma pessoa, e como eu mesmo fui um paciente, pude presenciar isso na prática.

Como relatei anteriormente, eu iniciei minha trajetória na educação física cursando um semestre, e já no segundo semestre me transferi para fisioterapia, até porque eu podia aproveitar algumas disciplinas como anatomia, fisiologia, enfim e seguir toda a minha trajetória. Na época cursei 4 anos e meio, costumo dizer que nossa trajetória profissional começa pelo estágio e não depois que a gente se forma, e na minha, eu considero isso plenamente, até porque eu estagiei também com um dos fisioterapeutas mais renomados na época que é o doutor Nilton Petrone, conhecido como Filé na época, no meio esportivo que também

em meados da década de 90 ele estava levando a fisioterapia a um outro nível, e eu tive a felicidade na época de estagiar na clínica, que ele coordenava, era pra eu passar 1 semestre acabou que passei 2 lá de tão interessante que foi pra mim esse estágio, então, decidi prolongar por mais um semestre, conversei com eles e pedi mais um tempo, até porque a área de Traumatologia Ortopédica era uma área que já me interessava como eu falei, eu como atleta fui paciente nessa área. Também tive que estagiar em outras áreas, na época fui para área de UTI estagiei a partir de neuro, e me graduei, sendo que próximo da minha graduação eu estava em um outro estágio também muito bom, eu já havia saído da clínica comandada pelo Petrônio e fui estagiar numa outra clínica no bairro da Barra da Tijuca no Rio de Janeiro que era um anexo ao hospital Rio mar, era uma clínica que era anexo do hospital, também na área de traumatologia-ortopedia, foi meu último estágio e meu último semestre estagiando, então recebi a proposta pelo coordenador responsável pela fisioterapia de lá para me ingressar já como profissional, como sairia um fisioterapeuta, e eles haviam gostado muito do meu trabalho como estagiário, então



já saí formado e com emprego, acho que é o que todos vocês, todos nós sonhamos. Por isso eu digo a importância de um bom estágio, você sendo um bom estagiário conseqüentemente será um bom profissional e será observado também. Então aceitei essa proposta que foi o meu primeiro passo profissional, pude receber meu salário de carteira assinada. Nessa clínica permaneci por aproximadamente um ano e meio, onde tive muito aprendizado. Iniciei a pós-graduação também nesse meio-tempo, eu emendei assim que eu me graduei assim que saí desta clínica já fui convidado já lecionar em uma universidade coincidentemente na Universidade de Vassouras no campus de Vassouras-RJ através de um professor amigo, que foi meu professor na graduação e ele, numa conversa entre colegas, levantou a possibilidade de alguém ter interesse em ministrar aulas pra universidade, onde eu fui apresentado a coordenadoria do Campus em Vassouras e me solicitou 1 aula experimental como normalmente se faz, eles gostaram muito da apresentação e logo fui contratado para começar a lecionar com pouco tempo de formado. Enfim, sou muito encantado e adoro passar as

informações de conhecimentos obtidos, eu acho que conhecimento nós temos que passar adiante e não prender, compartilhar experiências é muito importante no meio do magistério, na parte acadêmica, também sou apaixonado por essa profissão de professor. No decorrer dessa estrada acabou que eu fui convidado também pra coordenar a parte de fisioterapia de uma equipe de futebol na verdade é uma escola de futebol formadora que é PSG Academy, PSG que é uma equipe francesa e tem aí essas franquias para levar o aprendizado de futebol para garotada de 7 aos seus 15 anos, e eu fui convidado a coordenar a parte de fisioterapia para atender toda essa criançada que estava lá tentando o seu sonho de ser jogador de futebol assim como eu tive meu sonho realizado. Então coordenei por aproximadamente 5/6 anos e nesse meio-termo como eu falo a gente não pode parar de estudar nunca, eu acabei fazendo uma complementação pedagógica em ciências biológicas, achava importante ampliar nossos horizontes e nesse meio-termo eu tinha saído de Vassouras, fiquei só pra certificar. No campus de Vassouras eu lecionei durante 11 anos, infelizmente eu tive que



sair por problemas pessoais particulares e familiares. Continuei estudando fazendo as ciências biológicas, fui convidado a lecionar em colégio de ensino fundamental e de ensino médio, como eu estava no Rio, então aceitei, foi quando a aproximadamente um ano e meio me mudei do Rio e vim morar em Maricá, que é uma nova cidade e foi quando de maneira surpreendente até então eu não sabia que o nosso coordenador atual, estava coordenando a universidade e de Vassouras na parte da fisioterapia em Maricá, começamos a conversar e por coincidência o nosso coordenador Jackson, foi meu aluno em uma turma no Campus de Vassouras-RJ, sabendo que eu estava na cidade, me fez um convite onde prontamente aceitei, pois conheço nosso coordenador a bastante tempo e sei da pessoa idônea que é, competente e fiquei muito feliz pelo convite para trabalhar ao lado dele e mais feliz ainda por saber do cargo que ele ocupa hoje e sua a dedicação que sempre teve em sua trajetória, considero ele merecedor no que diz respeito a sua ocupação atual. Então atualmente estou lecionando na

universidade de Vassouras campus Maricá e claro para outros projetos aí pra frente.

Minhas considerações finais sobre escolher a fisioterapia em especial a área de traumatologia-ortopedia como área de atuação, por eu ter sido um paciente na prática e ter observado a tamanha dedicação que era direcionada ao meu restabelecimento, isso me trouxe o pensamento do quanto a gente pode ajudar outras pessoas, sendo todas as áreas da fisioterapia importantes, mas esta área específica que eu vivenciei, pude perceber o quanto poderia ajudar outras pessoas que por exemplo estivessem em condições parecidas com a minha quando necessitei da fisioterapia.



QUIZ INFOCO

1. As passistas das escolas de samba, ao atravessarem a Avenida, utilizam os MMII e sobrecarregam suas articulações e grupos musculares! Observando a articulação do joelho, Quais os principais movimentos artrocinemáticos que acontecem nesta articulação!

- A) Giro e circundução
- B) Flexão e rotação
- C) Pronação e extensão
- D) Rolamento e deslizamento

2. Os movimentos osteocinematicos que ocorrem no joelho de uma passista ao enfeitar sua dança saltando com uma perna dobrada para trás são:

- A) Compressão e deslizamento
- B) Giro e rolamento
- C) Flexão e extensão de perna
- D) Osteosíntese e cadeia cinética

3. Quando ao sambar, com adornos geralmente pesados, as rainhas realizam movimentos em todo o corpo e sua base alterna com um pé no chão e outro em movimento aéreo até trocar a base!

Quando os seus pes estão tocando o chão, qual cadeia cinética é utilizada?

- A) Cadeia cinética aberta.
- B) Cadeia cinética fechada
- C) Cadeia cinética semi-aberta
- D) Cadeia artrofletida

4. O que o VAPE (cigarro eletrônico) pode causar, além dos riscos também derivados do cigarro comum?

- A) EVALI
- B) Dependência química
- C) Câncer de pulmão e garganta
- D) Insuficiência respiratória

5. Em se tratando de fisioterapia respiratória, um importante processo de troca de gases chamado hematose ocorre com auxílio de “bolsas” aéreas com surfactantes que são chamados:

- A) Pulmões
- B) Bronquíolos
- C) Alvéolos
- D) Vesículas respiratórias

R: 1.D; 2.C; 3.B ; 4.A. ; 5.C.



ESPAÇO ACADÊMICO

Esse espaço é dedicado a vida acadêmica dos alunos do curso de Fisioterapia. Aqui encontraremos algumas informações sobre palestras, cursos e indicações de livros. **Vale destacar que tudo poderá ser convertido como horas complementares.**

Cursos/Palestras:

II ENALINFE

18/Mar

09h - 19h30

Credito-2 (Sede)
Rua Aguiar, 44 - Tijuca, RJ

Realização: Apoio:

2º Encontro Nacional de Pessoas com Linfedema do Brasil

Curso de Atualização

Fisioterapia no Câncer de Mama

Online: 20 de Março - 09h às 12h
Presencial: 25 de Março - 09h às 12h

Inscrições pela **Sympla**

Centro de Atenção em Saúde Funcional (CASF)
Ramon Pereira de Freitas
R. Maranhão, 125 - Jardim da Viga

Credito-2 ITINERANTE

Dra. Anke Bergmann
Fisioterapeuta, pesquisadora do INCA, Conselheira do Credito-2

Nova Iguaçu

Câmara Técnica de Fisioterapia nos Distúrbios do Sono

Confira a agenda!

Evento Público

Sono&Saúde Avaliação, orientação, brindes
Data: 18 de março
Hora: 09h - 14h
Local: Feira de Antiguidades da Praça XV
Rua 1ª de Março, Largo do Paço - Centro, Rio de Janeiro

Capacitação Gratuita

Fisioterapia nos Distúrbios do Sono
Data: 21 de março
Hora: 18h - 21h
Local: Associação Médica Fluminense
Av. Roberto Silveira, 123, Icaraí - Niterói

Capacitação Gratuita

Atribuições dos Fisioterapeutas nos Distúrbios do Sono
Data: 23 de março
Hora: 18h - 22h
Local: Hospital Unimed
Rod. dos Metalúrgicos, 2490 - Jardim Belvedere, Volta Redonda

Capacitação Gratuita

Novas perspectivas da Fisioterapia nos Distúrbios do Sono
Data: 24 de março
Hora: 14h - 18h
Local: Sede Credito-2 Rua Aguiar, 44 - Tijuca, RJ

* Inscrições para as Capacitações realizadas através do site do Credito-2 e Sympla

CREFITO2

Aferj
ASSOCIAÇÃO DOS FISIOTERAPEUTAS DO ESTADO DO RIO DE JANEIRO

Simpósio de Fisioterapia Respiratória e Ventilação Mecânica em UTI

15/04/2023
8h30min às 18h

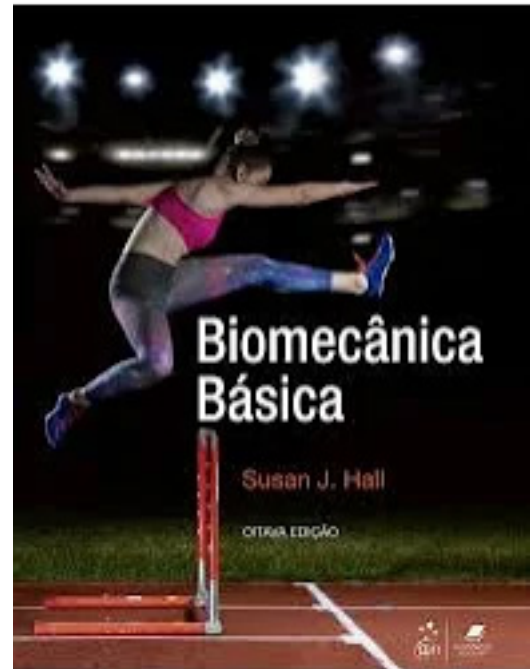
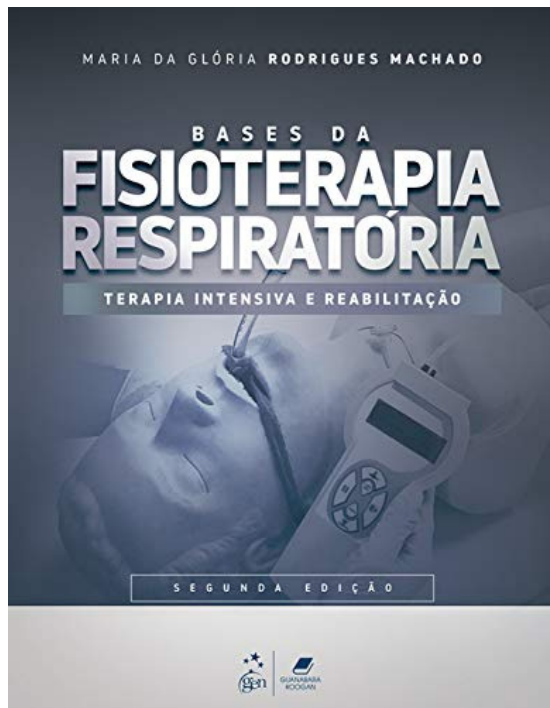
Investimento:
Acadêmicos: R\$ 55,00
Fisioterapeutas: R\$ 75,00
Sócio Aferj: gratuito

Local: Auditório do Credito-2
Rua Aguiar, 44 - Tijuca - RJ

Apoio:



Sugestões de leitura:



- Código de ética: Artigo 31 – O fisioterapeuta, no exercício da Responsabilidade Técnica, deve cumprir a resolução específica, a fim de garantir os aspectos técnicos, éticos e bioéticos, reconhecidos e normatizados pelo Conselho Federal de Fisioterapia e de Terapia Ocupacional.

Tem algo a nos dizer? Tem alguma crítica ou sugestão?
Quer participar da confecção da nossa revista?
Se a resposta é sim, envie um email para:

fisioinfoco.marica@gmail.com



Autores

Cristiane Costa de Araujo
Eliezer Rosa Sobreira
Gabriel Araújo Barros de Souza
Marcelly Batista Soares
Rita do Amparo de Oliveira
Tatiana Pacífico de Azevedo
Thainá de Castro Gomes

Revisão

Jackson Nogueira Alves